

Sobota 18.05.2024 r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką, miodem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g-3 plastry
Miód	1 sztuka – 30 g
Papryka	100 g
Salata	Listki
Grejpfrut	½ sztuki
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa kminkowa z groszkiem ptysiowym, gulasz wołowy z kaszą jęczmienną i kapustą pekińską z dodatkami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kminek	-
Groszek ptysiowy	20 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Gulasz wołowy	150 g
Olej rzepakowy	10 ml

Kasza jęczmienna	70 g
Kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, jog nat, majonez	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z sałatką caprese, herbata.	
Mozzarella	60 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Zioła: bazylia i oregano	-
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Ryż z jabłkiem.	
Ryż	50 g
Jabłko	1 sztuka - 150 g
Ksylitol	5 g
Jogurt	50 ml
Cynamon	1 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2223 kcal
Białko	89 g
Tłuszcz	78 g (w tym nasycone 29g- 12 % wart. en)

Węglowodany ogółem	302 g (w tym cukry 49g- 8% wart.en )
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	3,67 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką, miodem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g- plastry
Miód	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa kminkowa z groszkiem ptysiowym, gulasz wołowy (duszony) z kaszą jęczmienną i zieloną sałatą z jogurtem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kminek	-
Groszek ptysiowy	20 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g

Natka pietruszki	5 g
Gulasz wołowy	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Sałata z jogurtem i koperkiem	-
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek: Koktajl bananowy.</b>	
Mleko	100 ml
Kefir	100 ml
Banan	60 g

<b>Kolacja: Pieczywo z sałatką caprese, herbata.</b>	
Mozzarella	60 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Zioła: bazylia i oregano	-
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja: Ryż z jabłkiem.</b>	
Ryż	50 g
Jabłko	1 sztuka - 150 g

Ksylitol	5 g
Jogurt	50 ml
Cynamon	1 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2272 kcal
Białko	93 g
Tłuszcz	79 g (w tym nasycone 31 g -12%)
Węglowodany ogółem	318 g (w tym cukry 65 g-11%)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	3,82 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Ogórek	50 g
Papryka	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa kminkowa z groszkiem ptysiowym, gulasz wołowy (duszony) z kaszą jęczmienną i surówką z kapusty pekińskiej, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
kminek	-
Groszek ptysiowy	20 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Gulasz wołowy	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, jog nat, majonez	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

**Podwieczorek:** Koktajl bananowy

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z sałatką caprese, herbata.	
Mozzarella	60 g
Chleb graham	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki

Zioła: bazylia i oregano	-
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt z jabłkiem i muesli.	
Jogurt naturalny	150 g
Jabłko	1 sztuka - 150 g
Muesli	20 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2197 kcal
Białko	101 g
Tłuszcz	83 (w tym nasycone 33 g)
Węglowodany ogółem	273 g (w tym cukry 62g – 11%)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	4,18 g

#### 4. DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – $\frac{3}{4}$ porcji.

10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.
-------	------------------------------------

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobą wyznaczoną dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
6. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zaleconej dla danego Pacjenta diety.
7. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.